**[Памятка по профилактике вирусного гепатита А](http://www.ukhtadb.ru/index.php/2014-07-21-11-31-05/forpatient/help-information/204-2014-01-19-18-00-10" \o "Памятка по профилактике вирусного гепатита А)**

**Вирусный гепатит А** - острое инфекционное заболевание.

Гепатит «А», как и кишечные инфекции, называют болезнью немытых рук. Заболевание широко распространено в странах с низким уровнем гигиенической культуры.  
Гепатитом «А» болеют люди всех возрастов, но чаще – дети, подростки. Наибольшее число заболеваний приходится на осенне-зимний период.Инкубационный период - от 7 до 50 дней.

Источником инфекции при ОГА является человек с любыми проявлениями болезни (желтушная, безжелтушная, бессимптомная). Больной человек опасен для окружающих со второй половины инкубационного периода, особенно в  первую неделю болезни. Механизм передачи - фекально-оральный (вирус выделяется с фекалиями).

**Как можно заразиться вирусным гепатитом А**

Вирус может попасть в организм следующими путями:

• с водой - заражение возможно при употреблении инфицированной  питьевой воды и купании в зараженной воде;

• с пищей - в результате употребления в пищу салатов, зелени, фруктов и др.;

• при тесном контакте с больными людьми, через инфицированную посуду, игрушки, предметы обихода.

Передаче вируса может способствовать тесный контакт с источником, особенно в условиях крайне низкого уровня личной гигиены. Например, при уходе за больным.

**Клиника.** С момента заражения до начала болезни проходит от 7 до 50 дней, чаще 1,5-2 недели (классический период = 35 дней). У больного ухудшается аппетит, появляются боли в правом подреберье, тошнота, нередко — рвота, обесцвечивается стул, темнеет  моча,  появляется желтушность кожи и слизистых, увеличивается печень.   
В ряде случаев начало болезни напоминает грипп: повышается температура, появляется насморк, кашель, ломота во всем теле. В этот период больной очень опасен для окружающих, так как вирус особенно интенсивно выделяется из организма.  Заболевание может протекать и без проявления желтухи, в стертой, скрытой форме. Безжелтушные формы гепатита «А» встречаются достаточно часто — до 70% случаев.   
При появлении первых признаков болезни, не дожидаясь появления желтухи,  необходимо обратиться к врачу.

Присутствие в группе детского дошкольного учреждения или классе школы больного ребенка создает опасность заражения всего детского коллектива.  
Самолечение, учитывая опасность заболевания, недопустимо!  
**В очаге проводится**

- изоляция больного (госпитализация в инфекционную больницу);

- устанавливается медицинское наблюдение за лицами, общавшимися с заболевшим дома, по месту учебы, работы;

- в очаге проводится дезинфекция;

**Чтобы не заболеть вирусным гепатитом А:**  
• выполняйте  правила личной гигиены-  тщательно мойте  руки с мылом после возвращения домой с улицы, перед едой и после посещения туалета;   
• не употребляйте  воду из случайных водоисточников и «из-под крана», пейте  воду только кипяченой. Помните, что вирус погибает при температуре кипячения (100 градусов) только через 5 минут.

• тщательно  мойте  овощи, фрукты, ягоды  перед употреблением.   Не приобретайте продукты питания у случайных лиц или в местах несанкционированной торговли;

• в домашних условиях соблюдайте правила гигиены при приготовлении горячих и холодных блюд, сроки годности и условия хранения пищевых продуктов, особенно скоропортящихся, сырые продукты и готовую пищу следует хранить раздельно;

• для обработки сырых продуктов необходимо пользоваться отдельными ножами и разделочными досками;

• тщательно прожаривайте или проваривайте продукты;

• скоропортящиеся продукты и готовую пищу следует хранить только в холодильнике при температуре +2 +6ºС.